



UNIVERSIDADE TÉCNICA DE LISBOA
FACULDADE DE MOTRICIDADE HUMANA

**Estudo dos efeitos de um programa de Massagem Infantil em
bebés de termo dos 2 aos 6 meses: Comportamento do bebé e
Competências Parentais**

Dissertação elaborada com vista à obtenção do Grau de Mestre em Desenvolvimento da
Criança na Variante de Desenvolvimento Motor

Orientador: Professora Doutora Maria Teresa Perlico Machado Brandão

Júri:

Presidente

Professora Doutora Maria Teresa Perlico Machado Brandão

Vogais

Professora Doutora Ana Isabel Amaral Nascimento Rodrigues de Melo

Professora Doutora Rita Cordovil Matos

Martina Alexandra Guerreiro Reis

2014

AGRADECIMENTOS

Este espaço é dedicado àqueles que, de alguma forma, contribuíram directa ou indirectamente para que esta dissertação fosse realizada. Não sendo viável nomeá-los a todos, há no entanto alguns a quem não posso deixar de manifestar o meu apreço e sincero agradecimento.

À Professora Doutora Teresa Brandão, pela sua orientação, os esclarecimentos e os seus apoios que elevaram os meus conhecimentos científicos e acima de tudo me ajudaram a realizar este trabalho e a chegar ao fim desta etapa académica.

À Dra. Cristina Marçal Delgado pela amabilidade em dispor a sua Clínica Pediátrica Oficina dos Mimos e me ter proporcionado o espaço e as condições necessárias para a prática do Programa de Massagem Infantil

À Filipa e ao João Brito pela disponibilidade, o apoio e a gentileza em conceder a Creche e Jardim de Infância Academia dos Marinheiros com excelentes condições de trabalho para a continuação da prática do Programa de Massagem Infantil;

Um obrigada muito especial às mães, aos pais e aos bebés que se disponibilizaram para participar neste estudo, numa fase em que o tempo é tão limitado, prestando uma contribuição fundamental para que toda a prática fosse possível e para o avanço da investigação científica nesta área.

Às minhas colegas e amigas, Patrícia, Belinha, Filipa, Marta, Rita e Martina um agradecimento pela vossa amizade, companheirismo, ajuda e preocupação, factores muito importantes na realização desta Tese e que me permitiram que cada dia fosse encarado com particular motivação.

À Minha Família, em especial aos meus Pais, ao meu Irmão e à minha Avó, um enorme obrigada por sempre me incentivarem perante os desafios, por acreditarem em mim e naquilo que faço e por todos os ensinamentos de vida. Espero que esta etapa, que agora termino, possa de alguma forma, retribuir todo o vosso carinho, dedicação e amor incondicional.

A vocês dedico todo este trabalho! Obrigada por tudo!

RESUMO

Nos últimos anos tem-se verificado um interesse crescente em tentar compreender a influência do toque no desenvolvimento infantil. As investigações têm demonstrado inúmeros benefícios da massagem em diversas dimensões não apenas nos bebés (e.g. saúde, crescimento, comportamento e desenvolvimento) como também nos pais (e.g. stresse, autoconfiança, etc.), quando a implementam.

A prática da massagem em Portugal, quando comparada com outros países, é bastante recente e surge frequentemente associada a programas de acompanhamento de mães em situação pós-parto, apesar da maior parte dessas intervenções não ser sujeita a avaliação relativa ao seu impacto. Pensamos que será pertinente contribuir para a investigação neste domínio, uma vez que, apesar de existirem muitos estudos sobre a temática da massagem a nível internacional, os seus enfoques principais são a massagem em bebés prematuros e em situação de privação do toque. São em número reduzido, as investigações centradas em bebés de termo e na influência que a estimulação tátil detém sobre a vinculação e sobre outras dimensões mais ligadas à parentalidade.

O presente estudo pretendeu analisar os efeitos da massagem infantil no comportamento do bebé (de acordo com as perceções dos seus pais), no sentimento de competência parental e no seu humor. Participaram 22 famílias (mães e pais) de bebés até aos 6 meses de idade, avaliados antes e após a implementação do Programa de Massagem Infantil. Os resultados foram bastante positivos sugerindo que a prática da massagem poderá ter influenciado a forma como os pais avaliaram alguns comportamentos do bebé, mostrando um impacto positivo nos seus perfis de humor e nas suas competências parentais (satisfação e eficácia). Os pais apresentaram um olhar mais positivo sobre alguns aspetos relacionados com o comportamento do bebé nas rotinas diárias como o sono, o choro e o embalo. No geral, os participantes revelaram-se bastante satisfeitos com a participação no programa e salientaram que o mesmo se tornou uma mais-valia no tempo de qualidade com o seu bebé, pelo que massagem parece ser um instrumento potenciador do vínculo afetivo e da regulação de comportamentos de cada um dos intervenientes na tríade (e.g. mãe-bebé ou pai-bebé).

Palavras-chave: Toque, Massagem Infantil; Bebé de termo; Choro; Sono; Colo/Embalos Parentalidade; Competência Parental; Perfil de humor

ABSTRACT

Over time a scientific growing interest has arisen to try to understand the influence of touch in child development. Infant massage therapy and its many benefits have been demonstrated by scientific research in several dimensions not only in infants (in terms of health, growth, behavior and development), but also in parents (in terms of stress, self-confidence, etc.) directly involved in its implementation.

Compared to other countries the practice of infant massage therapy is relatively new in Portugal and is usually associated to monitoring programs of mothers in post-natal condition. However the majority of these interventions is not subject to the evaluation of its effects. Numerous studies support the use of infant massage in preterm infants and in touch deprivation, but it is relevant to contribute for further research in this field since there are very few studies related to full term infants and the influence of tactile stimulation in parenting affection ties.

This study aimed to determine the impact of a massage therapy in the behavior of the infant (according to their parents' perspective), the sense of parenting skills and mood stage. A group of 22 families (parents) and their infants to the age of 6 months participated in this study and were evaluated before and after the implementation of an Infant Massage Program. The results suggest the practice of the massage influenced the way how parents evaluated some of their infant behaviors, showing a positive impact in their mood stages and parenting skills (in terms of satisfaction and efficacy). The parents felt optimistic about some aspects of their children behaviors in relation to sleep, crying and holding/handling. In general the participants were very pleased with the program which enhanced and improved their quality time with their children. Therefore infant massage therapy seems to be a leverage instrument of the infant-parents affection ties and of the behavioral regulation of each of the intervenient of the triad (infant-parents).

Key-words: Touch, Infant Massage, Full term Infant, Crying, Sleep, Holding/Handling; Parenting, Parenting Skills, Mood Stage

ABREVIATURAS E SIGLAS

% - Percentagem

cit. in – citado por

DP – Desvio Padrão

ESSE – Estatuto Socioeconómico

EP – Eficácia Parental

et al. – e outros autores

g - gramas

HHA – Hipotálamo – Hipófise – Adrenal

IAIM – International Association of Infant Massage

IBQ – Infant Behavior Questionnaire

ICQ – Infant Characteristics Questionnaire

ITQ – Infant Temperament Questionnaire

IG – Idade Gestacional

M - Média

NAcc – Nucleo “Accumbens”

NBAS – Escala de Avaliação de Comportamento Neonatal

n – frequência absoluta

p – p-value

p. - página

PG – Peso Gestacional

POMS – Profile of Mood States

PSOC – Parenting Sense of Competence Scale

SDC – Saúde, Desenvolvimento e Crescimento

SP – Satisfação Parental

SNA – Sistema Nervoso Autónomo

SNP – Sistema Nervoso Parassimpático

SNS – Sistema Nervoso Simpático

TRI – Touch Research Institute

SPSS - Statistical Package for Social Sciences

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Efeito das Massagens Infantis nas Concentrações Plasmáticas de Cortisol, Adrenalina e Noradrenalina	13
Figura 2. Caracterização do Estatuto Socioeconómico da Família	56
Figura 3. Comparação Gráfica dos Valores Médios para o QT, por item	68
Figura 4. Frequência do número total de realizações semanais da massagem da Mãe e do Pai	75
Figura 5. Frequência do número total de realizações semanais da massagem da família	76
Figura 6. Percentagem de Questões Abertas no Questionário de Satisfação e Eficácia do Programa Parental	84

ÍNDICE DE QUADROS

Quadro 1. Caracterização das Habilitações Literárias dos Pais	55
Quadro 2. Valores Médios e Desvio Padrão do Tempo de Choro, Sono e Colo no Pré e Pós-teste	67
Quadro 3. Comparação dos valores médios no Pré-Teste e Pós-Teste no PSOC da Mãe	72
Quadro 4. Comparação dos valores médios no Pré-Teste e Pós-Teste no PSOC do Pai	72
Quadro 5. Valores Médios e Desvio Padrão para as diferentes subescalas do POMS	74

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo I. Planeamentos das Sessões do Programa “ <i>Tocar-te e Mimar-te</i> ”	96
Anexo II. Ficha de Caracterização da Família	102
Anexo III. Registo Diário do Tempo de Choro, Sono e Colo	106
Anexo IV. Questionário de Temperamento	109
Anexo V. Escala do Sentido de Competência Parental (PSOC)	113
Anexo VI. Perfil de Humor	116
Anexo VII. Registo Semanal da Massagem	120
Anexo VIII. Questionário de Avaliação da Satisfação e Eficácia do Programa de Formação Parental	122
Anexo IX. Consentimento Informado aos Pais	127